

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tuhan menjadikan kehidupan di bumi dengan berbagai cara. Misalnya, Tuhan menciptakan manusia dengan sempurna. Dalam kisah hidup, umat Islam dipandang lemah, namun ada pula yang mengatakan bahwa umat Islam itu kuat. Kontradiksi antara keduanya masih menjadi bahan perdebatan di kalangan peneliti. Dari seorang neuropsikiatri Yunani, Viktor Frankl mengatakan ada seseorang yang menasihatinya ketika dia menderita kamp konsentrasi selama Perang Dunia II.¹

Frankl dalam hidupnya, ia berhasil mengembangkan sekolah logoterapi, psikologi humanistik, dan psikiatri modern. Kehadiran opini-opini tersebut membuat citra Islam kurang baik. Namun, ada beberapa penjelasan mengenai citra negatif tersebut untuk menghilangkan pemikiran negative Frankl di dalam Alquran. Menurut para psikolog, citra negatif seseorang berasal dari persepsi yang salah, prasangka buruk, perbedaan nilai dan kepentingan, serta konflik. Islam dalam gambar Al-Qur'an dijelaskan dalam ayat 31 dari Surah Ali Imran. Hal ini menjelaskan bahwa Allah mencintai umatnya ketika mereka mematuhi larangannya karena Allah mencintai dan membalasnya dengan memberikan hadiah dan pengampunan kepada manusia.²

Dalam kehidupan modern saat ini, para sarjana di seluruh dunia, khususnya di Indonesia, telah mengembangkan banyak ide yang menerapkan nilai-nilai ganda untuk menciptakan citra seorang Muslim dengan pendekatan yang berbeda. Hal ini menyatu dengan Indonesia yang memiliki banyak agama selain Islam. Islam di Indonesia cenderung terikat erat dengan budaya yang ada, yang membuat citra Islam sangat menarik di Indonesia. Langkah pertama dalam pengembangan kepribadian seorang Muslim adalah kesadaran akan diri sendiri dan posisi citra diri seseorang dalam kisaran polarisasi antara dua kutub. Selain itu, ia juga menggunakan pendidikan untuk memperkuat citra manusia tentang dirinya, terutama dalam sistem pendidikan di madrasah.

Sistem pendidikan sekolah Islam mirip dengan sistem pendidikan pada umumnya. Secara kultural, sekolah agama memiliki

¹ Stoughton Hodder, Penerj., *Man's Search For Meaning* (London, 1997), 17–18.

² Alquran, Al Imran ayat 31, Al-Quran dan Terjemahnya, (Jakarta: Kementerian Agama RI).

konotasi tertentu. Keberadaan sekolah agama dalam tradisi pendidikan Islam di Indonesia, dimulai sekitar awal abad ke-20. Sekolah-sekolah agama di Indonesia dapat dilihat sebagai perkembangan lebih lanjut dari lembaga pendidikan Bizantium dan Mushola.³ Di Indonesia, Madrasah merupakan ujung tombak pesantren besar lainnya yang dicintai oleh umat Islam di setiap daerah dengan budaya Islam dan kekuatan Islam untuk mendirikan Madrasah. Madrasah sebagai lembaga pendidikan Islam merupakan bentuk perlawanan umat Islam terhadap ketidaktahuan kolonialisme Belanda. Perkembangan madrasah dipengaruhi oleh sistem pendidikan madrasah dari Gubernur Haramain. Memiliki pengaruh Haramain, madrasah merupakan salah satu lembaga pendidikan keagamaan yang membantu menanamkan keimanan masyarakat Indonesia kepada Allah SWT. Dalam hal ini, dalam wacana kehidupan rakyat Indonesia, madrasah merupakan fenomena budaya yang telah ada lebih dari satu abad. Format madrasah menjadi lebih jelas dari waktu ke waktu. Secara formal, secara yuridis, umat Islam Indonesia tidak puas sampai UU Sisdiknas No. 2 disahkan pada tahun 2003.

Secara sederhana, pendidikan sering diartikan sebagai usaha manusia untuk membentuk kepribadian sesuai dengan nilai-nilai sosial dan budaya. Bahkan bagi anak berkebutuhan khusus, pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam menjamin kelangsungan hidup. Hal ini disebabkan karena jumlah anak yang mengalami gangguan psiko-emosional semakin meningkat. Undang-undang Republik Ingushetia menyatakan bahwa Pendidikan adalah tugas sadar dan sistematis untuk menciptakan suasana belajar dan proses pembelajaran yang mendorong peserta didik untuk tumbuh secara positif. Kekuatan religius dan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, kepribadian luhur, dan potensi berupa keterampilan yang diperlukan bagi diri sendiri, masyarakat, bangsa, dan bangsa. Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam proses perkembangan individu. Hal ini ditegaskan dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS), yang memasukkan pendidikan sebagai upaya dasar dan sistematis untuk merevitalisasi lingkungan belajar dan belajar siswa. Sebagai mahasiswa ia aktif mengembangkan potensi dirinya dengan kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, budi pekerti, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang ia,

³ Muhammad Yunus, *Sejarah Pendidikan Islam* (Jakarta: Hidakarya Agung, 1992), 6.

masyarakat, bangsa dan negara butuhkan dalam bernegara.⁴ Dalam sebuah pendidikan dapat menumbuhkan potensi jiwa pada remaja.

Adolescent sama dengan bahasa ibu yang disebut *Adolescent* dan berasal dari bahasa Latin *Adolescent*. Itu berarti "tumbuh atau tumbuh dan matang." Istilah pemuda memiliki batasan yang lebih besar, meliputi kematangan jiwa, kemandirian, lingkungan dan fisik. Secara psikologis, masa remaja merupakan masa dimana individu terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, anak tidak merasa inferior dengan orang tua, tetapi merasa setara. Dengan perkembangan intelektual yang terus menerus, remaja mencapai tahap berpikir praktis. Pada tahap ini, remaja dapat didorong untuk berpikir lebih abstrak, menguji hipotesis, dan mempertimbangkan kemungkinan apa yang ada untuk diri mereka sendiri, daripada melihat apa adanya. Kemampuan intelektual inilah yang membedakan tahap remaja dengan tahap sebelumnya.⁵

Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, dan masyarakat serta lingkungan di mana seseorang tinggal. Kesehatan jiwa atau sering juga kesehatan mental adalah salah satu elemen kunci dari kehidupan kita untuk tetap menjadi orang yang sehat. Kesehatan mental menjadi, pengingat dunia saat ini sedang mengalami masa transisi dan perkembangan yang mulai mengalami modernisasi. Adanya pelayanan kesehatan jiwa ini akan menginformasikan kepada masyarakat betapa pentingnya menjaga kesehatan jiwa. Seperti kajian yang dilakukan peneliti MTs Hidayatul mustafidin, hal ini mengacu pada fenomena yang sering terjadi di lingkungan saat ini. Kehadiran kelas kesehatan mental diperlukan, yang nantinya akan mempengaruhi dan mempengaruhi perkembangan psikologis anak. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa, Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945, memberikan pelayanan kesehatan dengan melaksanakan pembangunan kesehatan yang menjamin setiap orang hidup sejahtera lahir dan batin, yang menyatakan bahwa ia harus mendapat pelayanan.

Pelayanan kesehatan jiwa diberikan kepada siswa yang duduk di Madrasah Tsanawiyah. Selain memberikan materi teoritis ilmiah tentang kesehatan jiwa, siswa juga perlu membekali diri dengan materi kesehatan jiwa dengan teori agama dan beberapa sumber religi guna menyeimbangkan pemerataan kesehatan jiwa. Dalam Islam,

⁴ Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1.

⁵ Muhammad Ali, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi aksara, 2004), 9–10.

secara umum dapat dikategorikan sebagai nilai syukur. Ia juga merupakan sumber makna dalam hidup dan salah satu nilai yang membuat hidup bermakna. Namun, menurut Frenkle, hubungan antara agama dan kesehatan mental bukanlah hubungan sebab akibat langsung.⁶

Pendekatan kognitif-perilaku biasanya menarik bagi klien dari budaya yang beragam, terutama mereka yang budayanya tidak mengungkapkan masalah yang berhubungan dengan keluarga. Beck dan Weisar berpendapat bahwa ada banyak teknologi yang dapat ditransfer ke beberapa konteks budaya, termasuk gender, ras, moralitas, sosial ekonomi, disabilitas, dan orientasi seksual.⁷ Thomas menemukan bahwa terapi kognitif-perilaku mengeksplorasi harapan negatif dan membantu menghasilkan lebih banyak harapan positif di antara klien Afrika. Klien dalam kelompok sosial ekonomi rendah karbon sering menemukan pendekatan kognitif yang membantu mereka menemukan kendali atas peristiwa dan persepsi tentang peristiwa di lingkungan mereka.

Konselor kognitif-perilaku sering menggunakan pendekatan terbatas waktu yang mengharuskan klien untuk berpikir jernih dan logis, yang menurut banyak klien dangkal atau tidak mampu memuaskan kebutuhan emosional atau kesadaran diri.⁸ Konsultan yang menggunakan pendekatan kognitif-perilaku untuk klien mereka harus tidak menghakimi, tidak mengancam, dan menerima klien dengan beragam latar belakang dan pandangan dunia. Konsultan harus melihat bahwa masalah klien muncul dalam pikiran yang menyimpang, dan dapat dianalisis dan dimodifikasi agar sesuai dengan lingkungan sosial dan budaya yang kompleks dan berubah.

Pendekatan kognitif-perilaku memungkinkan klien dan konselor untuk bersama-sama mengubah keyakinan, kognisi, dan perilaku sambil menekankan pentingnya hubungan terapeutik. Pendekatan kognitif-perilaku sangat direktif dan konselor sering dianggap oleh klien sebagai profesional. Klien dari budaya yang berbeda mungkin sangat senang dengan persepsi jenis konselor ini, tetapi klien lain tidak terlalu nyaman, kata Hayes dan Eford. Teknik yang berguna yang cocok untuk pendekatan kognitif-perilaku adalah

⁶ Viktor Frankl, *Psychotherapy and Existential* (New York, 1967), 32.

⁷ Bradley T. Erford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2016), 113.

⁸ Bradley T. Erford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2016), 113.

teknik *Biblioterapy*. Teknik *Biblioterapy* diterima secara luas dalam budaya dengan tradisi mendongeng.

Terdapat beberapa pengobatan yang sering digunakan untuk menangani kesehatan mental, salah satunya adalah *Biblioterapy*. Istilah *Biblioterapy* diciptakan oleh Samuel Cother pada tahun 1916. Metode *Biblioterapy* ini mengubah hidup, membantu klien untuk menikmati membaca dan menghindari stres psikologis. Saran utama dari teknik ini adalah bahwa klien dapat mengidentifikasi karakter yang mengalami masalah yang sama dengan klien. Dengan membaca buku dan mengidentifikasi mereka dengan karakter, pelanggan dapat belajar untuk mengatasi masalah dan emosi bebas dari orang lain.

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode *Biblioterapy* dengan mendukung novel fiktif yang dikemas dalam media elektronik Wattpad. Novel ini dikemas dengan berbagai pemahaman dan ulasan tentang kesehatan mental remaja. Pendekatan terapi membaca ini berarti menggunakan sastra dan puisi untuk mengobati orang dengan masalah emosional dan orang sakit mental. Terapi membaca juga umum digunakan dalam terapi kelompok dan kelompok sosial dan efektif untuk orang-orang dari segala usia. Terapi membaca adalah metode pengobatan yang populer di kalangan profesional pendukung seperti konselor, psikolog, dan psikiater. Dalam hal kinerja akademik, ada penelitian yang menunjukkan bahwa *Biblioterapy* tidak meningkatkan kinerja akademik, tetapi *Biblioterapy* memiliki dampak positif pada kinerja akademik. Pada saat yang sama, dalam hal perubahan sikap, Terapi Biblio berhasil mengubah sikap dan berdampak positif pada perubahan masalah sikap yang serius, dan Terapi Biblio juga menunjukkan perubahan positif dalam perilaku klien yang tertekan secara emosional. Pendekatan bibliografi untuk terapi ini adalah alat yang hebat untuk membantu klien mengatasi hambatan fisik atau emosional, dan solusi dapat dieksplorasi dengan bantuan seorang praktisi melalui disleksia dan pemahaman yang mendalam tentang bagaimana karakter dalam buku menangani masalah ini.⁹

Di era transisi 4.0, teknologi Bibliotherapy dengan literasi dapat berkembang tidak hanya dalam bentuk buku untuk dibaca setelah dicetak, tetapi juga melalui platform seperti Wattpad. Wattpad adalah media elektronik bagi para penulis untuk memulai karir mereka menjadi penulis terkenal. Aplikasi Wattpad dapat ditemukan di aplikasi Android, iOS dan Windows Phone. Fungsi Wattpad ini adalah

⁹ Herlina, *Biblioterapi: Mengatasi Masalah Anak Dan Remaja Melalui Buku* (Bandung: Pustaka Cendekia Utama, 2013).

untuk membantu pembaca dengan mudah membaca kapan saja, di mana saja, dan Wattpad juga menyediakan fungsi yang memudahkan pembaca untuk menyimpan buku, mereview buku, dan lainnya. Wattpad didirikan pada November 2006 oleh Allen Lau dan Ivan Yuen. Wattpad adalah layanan website dan aplikasi smartphone dari Toronto, Kanada.¹⁰

Selain itu teknik biblioterapy ini dapat menumbuhkan keterampilan berfikir pada peserta didik. Keterampilan berfikir menurut Raka Joni adalah sebagai *mind competence* yang berarti kemampuan merespon secara kontekstual yang bermuara pada *problem solving* dalam konseling.¹¹ Menurut Khilman Rofi' A dalam bukunya yang berjudul *Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (Dari Teori Ke Praktik)*, arti bimbingan berdasarkan dari *concept, construct, dan program* adalah suatu proses pemberian bantuan kepada seseorang untuk memahami dirinya sendiri, mengenali lingkungan, dan merencanakan masa yang akan datang. Bimbingan dalam memahami siswa, dimaksudkan untuk membantu siswa mengenali kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya. bimbingan dalam rangka mengenal lingkungan dimaksudkan untuk membantu siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan unsur, ekonomi, budaya serta lingkungan alam yang ada. Sedangkan bimbingan dalam rangka merencanakan masa depan dimaksudkan untuk membantu siswa memikirkan dan mempersiapkan diri untuk melanjutkan ke sekolah lanjutan dan karirnya di masa yang akan datang.¹²

Berdasarkan hasil dari pemaparan masalah diatas menyatakan bahwa media *Bibliotherapy* melalui Wattpad islami dapat membantu untuk menjaga kesehatan mental remaja, sehingga jurnal-jurnal tersebut dapat menjadi pendukung peneliti dalam melakukan penelitian ini. Judul penelitian yang akan dilakukan oleh penulis memiliki sedikit banyak perbedaan dengan penelitian terdahulu. Perbedaan peneliti ini dengan penellitian yang terdahulu yaitu dalam penggunaan teknik maupun persoalan yang akan dibahas, sehingga dalam penelitian ini penulis tertarik melakukan penelitian tentang

¹⁰ Duygu Ak Baçoğul, "Wattpad in Youth Literature Based on the Experiences of Turkish Teachers and Secondary School Students" *International Journal of Education & Literacy Studies* 9, no. 1 (2021): 124–35.

¹¹ Azmi Khilman Rofi', "Keterampilan Berpikir (Mind Skills) Pada Proses Konseling: Kajian Dalam Perkembangan Kognitif Neurosains", *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling* 2, no. 1 (2018): 46.

¹² Azmi Khilman Rofi', *Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (Dari Teori Ke Praktik)* (Pati: Al-Qalam Media Lestari, 2021), 5.

“Pengembangan Media *Biblioterapy* Melalui “Wattpad ” Islami Dalam Layanan Konseling Kognitif Untuk Menjaga Kesehatan Mental Di MTs Hidayatul Mustafidin”.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang masalah yang ada , dapat di rumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana perkembangan kesehatan mental dengan pelayanan konseling kognitif bagi siswa MTs Hidayatul Mustafidin melalui metode *Bibliotherapy* ?
2. Bagaimana pelaksanaan pembinaan kesehatan mental dalam layanan bimbingan dan konseling melalui metode *Biblio Therapy* berbasis Wattpad terhadap siswa MTs Hidayatul Mustafidin ?
3. Bagaimana penggunaan layanan konseling kognitif dengan metode *Bibliotherapy* berbasis Wattpad yang dilakukan untuk siswa MTs Hidayatul Mustafidin?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisi Perkembangan Kesehatan Mental Siswa Melalui Layanan Konseling Kognitif Menggunakan Metode Terapi Biblio Berbasis Wattpad di MTs Hidayatul Mustafidin.
2. Melaksanakan pembinaan kesehatan jiwa dalam pelayanan bimbingan dan konseling melalui metode Biblio Therapy berbasis Wattpad bagi siswa MTs Hidayatul Mustafidin
3. Untuk mengetahui seberapa efisien penggunaan layanan konseling kognitif dengan metode *Bibliotherapy* berbasis Wattpad yang diterapkan oleh siswa MTs Hidayatul Mustafidin.

D. Manfaat Penelitian

1. Segi Teoritis

- a. Mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang ilmu kesehatan jiwa, dalam bimbingan pendidikan Islam dan layanan bimbingan siswa.
- b. Penguatan teori bahwa konseling kesehatan jiwa dalam bimbingan pendidikan Islam dan konseling siswa bermanfaat untuk mengatasi gangguan jiwa.
- c. Potensi pengembangan pengetahuan kesehatan jiwa terletak pada pengetahuan agama Islam bahwa layanan bimbingan dan konseling kesehatan jiwa dapat menyesuaikan siswa dengan lingkungan sekolah.
- d. Kajian ini dapat memberikan inspirasi dan referensi untuk penelitian pendidikan sejenis

2. Segi Praktis

- a. Sebuah Kajian ini memberikan sumbangan pemikiran untuk senantiasa menerapkan pembinaan kesehatan jiwa dalam layanan BK berbasis Islam agar dunia pendidikan berkontribusi secara aktif kepada pendidik setingkat MTs dan memungkinkan peserta didik untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah.
- b. Masukan dan saran yang dapat diberikan untuk senantiasa meningkatkan perkembangan kesehatan jiwa pada layanan bimbingan dan konseling mahasiswa berbasis Islam.

E. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penulisan skripsi dengan judul “Pengembangan Media *Biblioterapy* Melalui “Wattpad ” Islami Dalam Layanan Konseling Kognitif Untuk Menjaga Kesehatan Mental Di MTs Hidayatul Mustafidin kudas” adalah sebagai berikut :

BAB I adalah Pendahuluan. Bab ini memberikan latar belakang masalah yang peneliti pelajari. Latar berisi uraian tentang bagian-bagian penting yang menjadi alasan utama penulis menggunakan tema. Kedua, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan yang menjadi fokus masalah yang peneliti kaji, meliputi susunan bagian-bagian yang ditulis dalam penelitian ini.

BAB II Kajian Teori. Pada bab II penulis menjelaskan tentang kajian pustaka atau landasan teori yang digunakan dengan memanfaatkan referensi buku dan penelitian atau jurnal ilmiah lainnya. Kemudian kerangka teori atau kerangka berpikir (teori tentang bimbingan dan konseling yang digunakan untuk menganalisis permasalahan yang akan diteliti). Kemudian penelitian terdahulu yang sesuai dengan layanan bimbingan klasikal dalam mengembangkan interaksi sosial peserta didik.

BAB III Metode Penelitian. Bab ini menjelaskan metode penelitian yang digunakan oleh penulis. Metode ini terdiri dari pendekatan dan jenis survei, lokasi dan waktu survei, desain dan definisi operasional, populasi dan sampel, uji validasi dan reliabilitas, teknik pengumpulan data, dan analisis data

BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan penjelasan dan hasil data lapangan kemudian dianalisis menggunakan teori bimbingan dan konseling yang relevan dengan penelitian ini. Penyajian data dilakukan secara tertulis dan dilengkapi dengan gambar, tabel atau grafik pendukung. Bab ini juga memuat penjelasan tentang penelitian yang dilakukan

dan temuan laporan penelitian yang relevan dengan rumusan masalah. Analisis data merupakan tanggapan terhadap rumusan masalah yang disusun oleh peneliti. Dari analisis data, seseorang dapat berharap untuk menjawab pertanyaan utama penelitian ini secara lengkap dan jelas. Interpretasi hasil penelitian dijelaskan dalam bentuk deskripsi yang kemudian peneliti analisis dengan teori yang relevan.

BAB V Penutup. Bab kelima merupakan bab penutup, di mana pengkaji merumuskan huraian bab sebelumnya dan memberikan cadangan yang membina agar hasil kajian sentiasa lebih maju.

